

Jean Gebser

URANGST UND URVERTRAUEN

(Auszüge aus einem Referat, gehalten im Rahmen der Ärztagung über das Thema "Die Wahrnehmung der Angst" in der evangelischen Akademie Bad Boll am 08. 10. 1972)

Das Urvertrauen ist weder ein Zustand, noch eine Befindlichkeit. Es ist eine Haltung, und zwar eine innere Haltung; zugleich ist es ein Gehaltenwerden. Es ist sowohl Ruhe als Bewegung; besser: es ist Ruhe und Bewegung - durchaus im Sinne des Thomas-Evangeliums, durchaus auch im Sinne des taoistischen Wu-Wei, das heißt der Befähigung „zu handeln ohne zu handeln“. Dieses „Handeln ohne zu handeln“ ist Inbegriff dessen, was hier als innere Haltung bezeichnet wird. Diese Innerheit - um diese Hölderlinische Wendung aufzunehmen - beheimatet sie im Unsichtbaren. Das wahrhaft Unsichtbare aber ist das Geistige. Deshalb darf man sehr wohl sagen: Urvertrauen ist Teilhabe, bewusste Teilhabe am Geistigen und unverbrüchliches, unlösbares Gehaltenwerden im Geistigen.

Die Urangeist ist im Unterschiede zum Urvertrauen sehr wohl ein Zustand und eine Befindlichkeit. Sie ist also keine Haltung, sondern Mangel an Haltung; Mangel schlechthin und damit am Eigentlichen. Jedem Mangel aber eignet ein zumeist undeutlich bleibendes Wünschen. Wo das Wünschen beteiligt ist, bewegen wir uns im seelischen Bereiche, manchmal sogar nur im vegetativ-kreatürlich-existentialen. Die Urangeist ist ein seelisches Phänomen und damit Ermangelung des Eigentlichen, des Geistigen, zugleich aber ist sie auch Wunsch nach dem Geistigen. Sie ist eine dauernde Störung ihrer selbst und der von ihr Befallenen.

Da Angst und Vertrauen keine Gegensätze sind, sondern Polaritäten, die einander entsprechen, einander ergänzen, ist mit dem einen stets auch das andere mitgegeben. Dieser Polaritätscharakter beider einander bedingenden Phänomene gibt ihnen auch ihr vornehmlich psychisches Gepräge: hinter dem Minus-Pol, der Angst, leuchtet immer wieder als Ausdruck der Grundkonstellation des Lebendigen, sein Plus-Pol, das Vertrauen auf, da die Angst ihre echte Kontur und Bewahrheitung, ihre Wahrnehmbarkeit erst durch ihren anderen Pol, das Vertrauen, erhält. Stellten wir dies nicht fest, so verfielen wir leicht dem Missverständnis, angstauslösende und angstfördernde Faktoren oder Konstellationen wie Furcht, Phobien oder Traumata als Angst zu bezeichnen.

Ich komme auf diese in diesem Zusammenhang scheinbar abseitigen Dinge zu sprechen, da es mir wichtig scheint, möglichst zahlreiche der Konfigurationen und Konstellationen zu berücksichtigen, die durch das Thema „Angst“ gegeben sind. Aus dem gleichen Grunde muss noch auf eine Irrtumsmöglichkeit hingewiesen werden, deren Beseitigung für die klare Wahrnehmung der Angst unabdingbar ist. Dieser Hinweis eröffnet uns, wie ich meine, auch einen Blick auf die wirklichkeitsverändernde Wirk- und Realisationsweise des neuen Bewusstseins, das, wie ich bereits vorhin erwähnte, von ganz ausschlaggebender Bedeutung für die Wahrnehmung des Urvertrauens ist.

Die drei Lebensfragen

Es gibt drei fundamentale Fragen, die hin und wieder jeder Mensch, sei es bewusst, sei es weniger bewusst, stellt. Da es die primordialen Lebensfragen sind, werden sie von jedem

Menschen, sei es im Geheimen, sei es im Gespräch formuliert. Jeder Seelsorger, jeder Seelenarzt ist ihnen ohne Zweifel begegnet. Noch besitzen manche dieser Männer die angstbannende Zuwendung der Seelen, deren Vertrauen ihnen als den vom Numinosen Begnadeten zuströmt. Seitdem die Qualität dessen, was man einst positiv mit Nimbus umschrieb, zerstört worden ist - Rudolf Otto setzte an seine Stelle dankenswerter Weise den Begriff des Numinosen, der darüber hinaus auch noch weit umfassender ist als der des Nimbus - sind sie die Letzten, denen der heutige Mensch das ihn befreiende Vertrauen entgegenbringt. Aber die Mehrzahl der Pfarrer und Ärzte hat weitgehend den früheren Nimbus verloren. (Ein winziger Rest davon haftet noch am Talar und am weißen Kittel.) Und wie steht es mit den Professoren, die ihn als die Gelehrten einst besaßen? Eine Antwort erübrigt sich.

Die drei Fragen lauten: „Wo komme ich her?“, „Wer bin ich?“, „Wo gehe ich hin?“.

Solange wir auf diese Fragen keine Antwort finden, herrscht die Urangst. Ihr entspringen, in dem Maße, in dem uns diese Fragen bewusst werden, die verschiedenen kreatürlichen, psychischen und intellektuellen Ängste. Sie ist zudem letztlich der Auslöser der Aggressionen oder der Depressionen - dies ist ein schönes Gegensatzpaar -, die zur Fremd- oder Selbstzerstörung führen können. Nur wer die Antwort auf diese drei Fragen findet, erwacht zum Urvertrauen und ist damit von der Urangst befreit. Das fast Unfassbare daran ist, dass er die Urangst dann für immer überwunden hat und somit von keinem Rückfall in sie bedroht ist.

Gelebtes Urvertrauen

Eine solche Aussage wäre Anmaßung, ja, es wäre mehr als schändlich und unverantwortlich, sie zu wagen, wäre die Haltung, die dem Urvertrauen inhärent ist, nicht bereits im Verlaufe der Menschheitsgeschichte von einzelnen gelebt worden. Jene vermochten aus innerstem geistigem Erbe und dank der ihnen damit verliehenen geistigen Substanz im Urvertrauen zu leben. In unserem Kulturkreis traf es ohne Zweifel für Meister Eckehart zu. Aber es waren und sind derer, die es besaßen oder besitzen, gewiss sehr viele mehr, als wir vermuten. Ich selber bin wie ein jeder von uns einigen Frauen und Männern begegnet, die aus diesem Urvertrauen heraus lebten. Aber freilich: da sie nicht durch auffällige Handlungen, wozu auch das Sprechen gehört, sondern durch Haltung wirken, bleiben sie von all jenen unbeachtet und unerkannt, die nicht zumindest um diese Haltung ahnen. Es gibt ja beispielsweise viele Menschen, welche die hohen Schwingungen des Zirpens der Grillen nicht wahrnehmen; die Tatsache, dass sie sie nicht hören, ist jedoch kein Beweis dafür, dass es dieses Zirpen nicht gäbe. Die Aussagen derer, die des Urvertrauens teilhaftig sind, sind, sofern sie sie für nötig befinden, lediglich Hinweise wie jene der Jünger, die uns zumeist nur als Agrapha überliefert worden sind. Es dürfte wohl unnötig sein, eigens zu erwähnen, dass Christo nicht nur dieses Urvertrauen eignete und dass er es seinen Jüngern und uns vermittelte und ohne Unterlass vermittelt, sondern dass Christus, da die Teilhabe am Urvertrauen ja bereits eine Eigenschaft ist, darüber hinaus im Eigenschaftslosen, in jenem alles überstrahlenden gottheitlich-geistigen Bereich beheimatet ist, von dessen Licht wir nicht wissen, ob wir, erblickten wir es, nicht geblendet würden, und von dem Paulus als dem „unzugänglichen Lichte“ spricht, „in dem Gott wohnt“. Denn für uns ist es bereits sehr viel, jenes unsichtbaren Lichtes ansichtig zu werden, das Träger und Mittler des Urvertrauens ist. Dieses Urvertrauen ist eine Haltung, die in der universellen, der geistig-göttlichen Liebe gründet.

Vernehmendes Denken

Der Befund, dass die Urangst durch das Urvertrauen aufgehoben, überwunden, ausgetrieben wird, ist entscheidend. Es ist ein geistiges Geschehen. Es ist dadurch von ganz anderer Qualität als es psychische oder mental-rationale Geschehnisse sind. Denn psychisch wird die Angst durch das Vertrauen nur ausbalanciert, da das eine immer wieder und im steten Wandel in das andere umschlägt, da das eine ohne das andere nicht sein kann, da dem Polcharakter entsprechend das jeweils Anwesende nur die andere Form des Abwesenden ist, wobei sie einander ergänzen. Um es nochmals, mit anderen Worten zu sagen: im psychischen Bereiche wird die Angst durch das Vertrauen geschützt; sie sind einander ablösende und kompensierende Zustände; so nämlich wie das Vertrauen die bedrohende Angst in sich trägt, trägt ihr anderer Pol, die Angst, das schützende Vertrauen in sich. Ganz anders verhält es sich mit der Angst im rationalen Bereich, das heißt, wenn wir sie nicht psychologisch, sondern begrifflich-rational betrachten.

Jedenfalls sind sehr viele Formen der Angst ausgesprochene Beziehungsprobleme. Können Menschen, die mit derartigen Angstkomplexen behaftet sind, so weitgehend aus der Abkapselung und Eingengtheit ihres Ego befreit werden, dass sie das Urvertrauen gewinnen? Hin und wieder mag es gelingen, dagegen können jene, die versuchen, auf rationalem Wege der Angst Herr zu werden, keineswegs ans Ziel gelangen. Abgesehen davon, dass man, nimmt man die Gewinnung des Urvertrauens zum Ziel, sich mit dieser Zielsetzung die Erlangung des Urvertrauens verstellt.

Diese Vernunft, die vernehmendes Denken ist, weiß noch um die Unabdingbarkeit der psychischen Polaritäten, vor allem aber ist sie noch für die in uns einfallende Intuition offen - denn die wirklichen Gedanken werden nicht zufällig als „Eingebungen“ bezeichnet; Gedanken kommen, wie der Volksmund sagt, zu uns, sie fallen uns ein, sie fallen in uns ein. Wer diese Fähigkeit des vernehmenden Denkens - Vernunft kommt von Vernehmen - in seinem Herzen bewahrt und sie sich nicht durch den Verstand, das teilende Denken, abschnüren ließ, sondern, sie durchschauend, beide bewusst handhabt, dem wird auch der Zustand der Urangst durchsichtig. Sie ist ein Urphänomen. Wahrscheinlich darf man sie als unvermeidlichen Ausdruck und Nachhall des Geburtsschocks betrachten, die die nie endende Schöpfung, die nie endende Entstehung des Universums, der Welt und des Lebens begleiten, die aber durch die immerwährende „völlige Liebe“ „ausgetrieben“ werden können. Freilich bedarf es dafür unserer Mitarbeit sowie des Wissens, dass der universale Geburtsschock nichts mit dem bloßen Geburtstrauma zu tun hat. Dann kann das Urvertrauen zu bewusster Wirkung kommen.

Unverlierbare Erinnerung

Nicht unser dauernd sich veränderndes Ich, das wir Abendländer auf eine geradezu peinliche und noch dazu egozentrische Weise verhätscheln, wohl aber unsere innerste Substanz, unser innerster geistiger Kern, ist die in Substanz verwandelte und deshalb unverlierbare Erinnerung. Dieser Kern „weiß“ auf seine Art auch heute noch um das sogenannte, stets präsente Jenseits. Und es gibt Menschen, denen dies wahrnehmbar und evident wird. Das Wissen um die Identität von Diesseits und Jenseits ist eine zusätzliche Hilfe für das Erwecken des Urvertrauens. Genügt das? Wem diese Zusammenhänge unseres Woher und Wohin und seine eigene geistige Substanz bewusst und evident werden, dürfte sich wohl kaum noch als „geworfen“ empfinden, sondern als im Ganzen geborgen. Das wäre Urvertrauen, welches die Urangst austreibt und damit überwindet.

Was auf den vorstehenden Seiten über die Ängste und die Urangst ausgeführt wurde, ist vielleicht einleuchtender gewesen als das über das Urvertrauen Gesagte. Im Zusammenhange mit ihm war von Haltung und Gehaltenwerden die Rede, aber auch vom neuen Bewusstsein, von der „völligen Liebe“, vom „unsichtbaren Licht“, von den drei Lebensfragen sowie von der Identität oder der Polarität verschiedenster Phänomene, die wir während der letzten zwei Jahrtausende uns angewöhnt hatten als Gegensätze zu betrachten. In berechtigter Erinnerung an das im Hier vordergründig geltende Kausalgesetz und an die bisher ausschließlich gepflogenen Denkgewohnheiten mag die Frage aufgetaucht sein: was gilt nun eigentlich? Ist beispielsweise das Urvertrauen das Bewirkende oder ist es das Bewirkte? Die hier behandelten Urphänomene gehören jedoch nicht nur dem Bereiche des Sichtbaren an, der durch uns von dem des Unsichtbaren abgespalten wurde und der durch das ihm innewohnende Nacheinander geprägt ist. Dieser sein Nacheinander-Charakter veranlasste uns, ihm den ihm gemäßen eingeleisigen Kausalablauf von Ursache und Wirkung zuzubilligen. Das war eine fast tödlich wirkende Simplifizierung. Die heute sichtbar werdende Fehlerhaftigkeit des Fortschrittgedankens beweist es. Übrigens: das Mittelalter, die Scholastik, kannte noch vier Kausalitätsformen, die wir auf die eingeleisige reduzierten.

Glaube - Wissen - Evidenz

Das Gleiche gilt evidenterweise für das sichtbare und das unsichtbare Licht. Früher glaubte man an die Existenz des Geistigen und nannte es Gottvertrauen. Heute, da uns dank des in uns wirkenden integralen Bewusstseins das bisher Unvereinbare als das Ganze evident wird, heben sich Glaube und Wissen in der Evidenz auf. So heben sich übrigens auch die Ichlosigkeit, das WIR der Gemeinde, das Glaubensträger war, und die Ichhaftigkeit (die sich zumeist leider in Egozentrik übersteigerte), die Wissensträger war, in der Ichfreiheit, dem Freisein vom Ich, auf. Diese Ichfreiheit ist grundlegend für unsere Teilhabe am integralen Bewusstsein, am Urvertrauen, am unsichtbaren, geistigen Licht. Dies unsichtbare, „Unzugängliche“, „Unerschaffene“ Licht ist letztlich Transparenz, ein „Licht“, das alles, alle Dinge und selbst die Sonnenhelligkeit und die Dunkelheiten durchstrahlt. Wem es je, und sei es auch nur für den Bruchteil einer Sekunde, wahrnehmbar wurde, der erwachte damit zum Urvertrauen - vielmehr: in jenem erwachte es, da es ja jedem eingeboren ist, so wie auch das unsichtbare Licht stets in uns ist. Man kann es sehen, besser: man kann es wahrnehmen. Wohl jeder von uns hat es zumindest ganz kurz, möglicherweise auch nur im Traum, einmal in seinem Leben wahrgenommen, vielleicht ohne sich davon Rechenschaft zu geben. Dies geistige Licht ist eine konkrete Tatsache. Und der sogenannte Zufall - für den, der meint, der Zufall sei ein blindes Geschehen, ist die Welt noch ein Irrgarten, die kein Vertrauen verdient - der Zufall spielte mir just zu Beginn der Wochen, in denen ich an diesem Aufsatz arbeitete, einen Beweis aus unserer Zeit für die Konkretheit dieser Tatsache zu.

Es handelt sich um die Autobiographie „Das wiedergefundene Licht“ von Jacques Lusseyran. Er wurde 1924 in Paris geboren, erblindete im Alter von acht Jahren und starb im Jahre 1971. Trotz seiner vollständigen Blindheit war vom ersten Moment seines Blindseins für ihn die Welt nicht dunkel: er, der Blinde, sah das unsichtbare Licht, sah auch die Aura der Menschen, wodurch er davor bewahrt wurde, sich in ihnen zu täuschen; er kämpfte bereits als Sechzehnjähriger in der Resistance, wurde Chef einer Gruppe, kam dann ins Konzentrationslager und war später in Frankreich und dann in den USA Universitätsprofessor für französische Literatur. Er beschreibt auf den ersten zehn Seiten seines Buches dieses Licht und die von ihm ausgehenden Wirkungen auf ihn, wie es all die wenigen getan haben, die dieses Geheimnis je preisgaben: seine Strahlung, das Vertrauen, wahrlich ein „blindes Vertrauen“, die einzigartige Ruhe, das innere Gleichgewicht, die unausschöpfbare Freude (das

indische „ananda“), die nüchterne Seligkeit und Dankbarkeit, die es verleiht. Es gab nur etwa drei Gründe, die das Leuchten und Strahlen dieses Lichtes vorübergehend minderten: wenn er Angst hatte, wenn er in Zorn oder Ungeduld geriet, wenn er ehrgeizig und ichsüchtig - absichtsvoll wurde. Wie übermäßig wäre seine Beglückung gewesen, hätte er die von diesem Lichte durchstrahlte Welt mit geöffneten Augen sehen können. Aber er sah es auch als Blinder, denn dies sieht man nur mit dem inneren Auge. Er selber sagt: „Ich sah wie von einer Stelle, die ich nicht kannte und die ebenso gut außerhalb meiner wie in mir liegen mochte, eine Ausstrahlung ausging, oder genauer ein Licht - das Licht.“ Es ist, so dürfen wir sagen, das „Unerschaffene Licht“ der Athos-Mönche, es ist der erste Widerschein des „Unzugänglichen Lichtes“, von dem Paulus sagt, dass Gott in ihm wohne. Es ist die „Erleuchtung“, von der Meister Eckehart spricht. Und es ist Satori. Nur wenn er, ich zitiere: „die Dinge als feindlich empfand“, also das Vertrauen verlor, „dann bewirkte die Angst, was der Verlust der Augen nicht hatte bewirken können: erst sie machte mich blind.“

Handlung und Haltung: Bewegung und Ruhe

Die Fähigkeit zum Wahrnehmen dieses Lichtes und damit das Erwachen des Urvertrauens, kann ein Geschenk sein oder einem wie aus heiterem Himmel, urplötzlich, zuteil werden. Daisetz Suzuki bestätigt es mir in Kamakura. Dass es auf diese Weise geschieht, ist selten. Aber diese Fähigkeit kann auch allmählich geweckt werden. Die verschiedensten Formen der Meditation führen dahin. Welche für den einzelnen die richtige ist, hängt vom Grade der geistigen Substanz ab, die er im früheren Leben erreichte. Immer aber gilt nur die eigene Arbeit. Es bedarf vor allem der entsprechenden Haltung: äußerste Aufrichtigkeit, aber kein Wahrheitsfanatismus; kein ichhaft gebundenes Wünschen und keine intellektuelle Absicht, das Ziel zu erreichen; es lässt sich nicht erreichen; es führen letztlich keine Wege, auch keine Methoden, dahin; das wurde bereits angedeutet. Wie sollen Wege zu etwas führen, das letztlich ortlos, aber dennoch wahrnehmbar ist? Wohl aber - es sei, weil es ausschlaggebend ist, wiederholt - bedarf es vertrauensvoller, vollständiger und absichtsloser Hingabe. Ohne sie erfolgt kein Erwachen. Ist Absicht oder mangelnde Kraft des Sich-Anheimgebens im Spiel, wird die Dunkelheit nur größer, und die Ungeduld verbarrikadiert und zerstört alles. Diese bedingungslose Hingabe, dieses Sich-Überlassen, ist besonders für den europäischen, den westlichen Mann außerordentlich schwer. Für diese bedingungslose, vollständige Hingabe in der Meditation haben Sri Aurobindo und die Mutter des Sri Aurobindo-Ashrams in ihrem Wirken dem westlichen Menschen entscheidende Hinweise gegeben. Sie ist die *conditio sine qua non*. Und es bedarf der Ausdauer und des inneren Trainings.

Es wäre gewiss für die Zukunft der Welt, die heute aus Mangel an der Teilhabe am Geistigen vom Zerfall bedroht ist, nicht unwichtig, könnten einige von sich mit vollem Bewusstsein sagen, was uns das Thomas-Evangelium in seinem 50. Logion überliefert: „Jesus hat gesagt: ‚Wenn sie euch sagen: Von wo kommt ihr?‘ so sagt ihnen: ‚Wir sind gekommen von dem Licht, da wo das Licht aus sich selbst hervorgeht.‘“ Und: „Wenn sie euch fragen: ‚Welches ist das Zeichen eures Vaters, der in euch ist?‘ sagt ihnen: ‚Da ist eine Bewegung und eine Ruhe.‘“

Wer so antworten könnte, wäre frei von der Urangst, gründete im Urvertrauen. Dadurch stärkte er die geistigen Kräfte in der Welt. Mehr braucht es nicht. Möge es sein.

Der Gesamttext des Vortrags ist zu finden in: Gebser, J. (1986). Urangst und Urvertrauen. In: J. Gebser. Gesamtausgabe. Band V/II. Schaffhausen: Novalis Verlag.